KARYA TULIS ILMIAH

"IDENTIFIKASI TINGKAT KESUKAAN MIE BASAH DENGAN TAMBAHAN RUMPUT LAUT DAN SARI JAGUNG"

Kemenkes
Poltekkes Maluku

Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Kesehatan
Pada Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Disusun Oleh:

Nama: Putri Abdiyanti Pelu
Nim: P07131023025

PROGRAM STUDI GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALUKU
2026

KARYA TULIS ILMIAH

“IDENTIFIKASI TINGKAT KESUKAAN MIE BASAH DENGAN TAMBAHAN RUMPUT LAUT DAN SARI JAGUNG"

Sebagai Salah Satu Syarat

Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Kesehatan

Pada Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Disusun Oleh:

Nama: Putri Abdiyanti Pelu

Nim: P07131023025

PROGRAM STUDI GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALUKU

2026

Kemenkes
Politekkes Maluku

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Oleh Putri Abdiyanti Pelu, NIM: P07131023025, Dengan Judul "Identifikasi Tingkat Kesukaan Mie Basah Dengan Tambahan Rumput Laut Dan Sari Jagung" telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada tanggal 22 Mei 2026

Dewan Penguji

Penguji Ketua

Junieni, S.Gz.,M.Si
NIP: 197908062010122001

Penguji Anggota II

Inamah, SKM.,M.kes
NIP: 197605081999032003

Penguji Anggota III

Dr. Ety Yuni Ristanti,SKM.,M.P.H
NIP: 197606291999032002

Mengesahkan,

Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Dr. Betty Anthoineta Sahertian,S.Pd., M.Kes
NIP. 197108121994032001

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Santi Aprilian Lestaluhu, S.Gz.,M.P.H
NIP. 198104092005012003

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah Memberikan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudu“Identifikasi Tingkat Kesukaan Mie Basah Dengan Tambahan Rumput Laut Dan Sari Jagung” sebagai satu syarat kelulusan mata kuliah Karya Tulis Ilmiah.

Ucapan terima kasih dengan tulus dan penuh rasa hormat penulis sampaikan kepada Dr. Ety Ristanti, SKM., M.P.H selaku pembimbing, yang telah mengorbankan waktu, tenaga dan pikiran, dalam membantu serta membimbing penulis dalam usulan penelitian Pada kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih dan penghargaan kepada :

1. Dr. Betty Anthoineta Sahertian, S.Pd.,M.Kes selaku Direktur Poloteknik Kesehatan Kemenkes Maluku, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti Pendidikan pada Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.
2. Santi Aprilian Lestaluhu,SGz.,M.P.H selaku ketua Jurusan Gizi yang telah memberikan motivasi dan arahan selama penulis mengikuti pendidikan di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.

3. Junieni, S.Gz, M.Si selaku penguji I yang telah memberikan motifasi dan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini tepat pada waktunya.

4. Inamah,SKM, M.Kes selaku penguji II yang telah memberikan motifasi dan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini tepat pada waktunya

5. Seluruh staf dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Maluku yang telah memberikan ilmu dan mendidik selama penulis mengikuti Pendidikan.

6. Teristimewa penulis mengucapkan terima kasih kepada ke kedua orang tua yaitu mama Aisa hurasan dan bapak Abdullah pelu ,dan juga kepada keluarga saya pengorbanan baik moral materi,finansial,memotivasi dan doanya,serta mendukung penuh yang sudah kalian berikan selama ini,serta setia mendengarkan semua keluh kesah penulis selama masa masa penyusunan ini semoga Allah SWT membalas setiap keringat yang kalian korbankan atas semua kasih sayang kalian yang tak terukur oleh apapuan nilainya.

7. Kepada sahabat-sahabat penulis yang setia menemani dari maba hingga saat ini sindy,shizu,karmila,astuti, dan. Khususnya kepada teman-teman kelas 3A Tiara,Inggrid,Jelita,Ayustina. terima kasi selalu ada dalam proses penulis.

Ambon,2026

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PEGESAHAN ii
KATA PENGANTAR iii
DAFTAR ISI iii
DAFTAR TABEL v
DAFTAR GAMBAR vi
DAFTAR LAMPIRAN vii
BAB 1 PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Pembatasan dan Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 6
D. Tujuan Umum 6
E. Tujuan Khusus 6
F. Manfaat Penelitian 8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA 9
A. Landasan Teori 9
B. Kerangka Konsep 16
BAB 3 METODE PENELITIAN 17
A. Jenis penelitian 17
B. Rancangan penelitian 18
C. Waktu dan Lokasi 19
D. Sampel dan Panelis 20
E. Variabel dan Definisi Operasional 21
F. Pengumpulan Data 21
G. Instrument dan Bahan Penelitian 21
H. Cara Pengolahan dan Analisis Data 22
I. Penyajian Data 22
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 23
A. Hasil Penelitian 23
B. Pembahasan 25
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN 27
A. Kesimpulan 27
B. Saran 29
Daftar Pustaka 32

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2.1 Kandungan gizi 100 gram mie basah 9

Tabel 2.2 Kandungan gizi 100 gram rumput laut 12

Tabel 2.3 Kandungan gizi 100 gram sari jagung 14

Tabel 3.1 Rancangan penelitian mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung 17

Tabel 3.2 Variabel dan definisi operasional uji hedonik 19

Tabel 3.3 Komposisi bahan mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung 22

Tabel 4.1 Hasil tingkat kesukaan rasa terhadap mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung 24

Tabel 4.2 Hasil tingkat kesukaan aroma terhadap mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung 25

Tabel 4.3 Hasil tingkat kesukaan warna terhadap mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung 26

Tabel 4.4 Hasil tingkat kesukaan tekstur terhadap mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung 27

Tabel 4.5 Rata-rata dan skor panelis rasa, aroma, warna, dan tekstur mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung 28

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1 Mie basah 8

Gambar 2.2 Rumput laut..... 11

Gambar 2.3 Sari jagung..... 13

Gambar 2.4 Kerangka konsep penelitian..... 16

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Responden 33
Lampiran 2 Formulir Uji tingkat kesukaan 34
Lampiran 3 Diagram Alur Pembuatan Mie Basag Dengan Penambahan Rumput Laut Dan Sari Jagung 36
Lampiran 4 Uji Coba Pembuatan Mie Basah Dengan Penambahan Rumput Laut Dan Sari Jagung 37
Lampiran 5 Master Tabel 38
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian 39

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mie merupakan produk pangan berbasis tepung terigu yang populer di kalangan masyarakat Indonesia dan sering dikonsumsi sebagai makanan pokok, karena sifatnya yang praktis serta daya tariknya bagi masyarakat. Secara umum mie yang sering dikonsumsi meliputi mie basah, mie kering, dan mie instan (Nawawi, 2025)

Mie merupakan salah satu pangan yang sangat digemari oleh masyarakat Indonesia. Berdasarkan World Instant Noodles Association (WINA, 2024), Indonesia merupakan negara dengan konsumsi mie terbesar kedua di dunia setelah Tiongkok/Hong Kong dengan konsumsi sekitar 14,68 miliar porsi mie per tahun. Tingginya konsumsi tersebut menunjukkan bahwa produk mie telah menjadi bagian dari pola konsumsi masyarakat Indonesia. Selain mie instan, mie basah juga banyak dimanfaatkan sebagai bahan baku berbagai jenis makanan seperti mie ayam, bakso, mie goreng, kwetiau, dan berbagai olahan lainnya.

Mie basah yang disebut juga mie kuning merupakan jenis mie yang telah mengalami proses perebusan dengan 52% kandungan kadar air sehingga daya tahan mie basah memiliki daya simpan yang relatif singkat yaitu 10-12 jam pada suhu kamar (Nawawi, 2025). Pembuatan mie basah terbagi menjadi tiga tahapan utama, yaitu pencampuran tepung terigu dengan air untuk membentuk konsistensi adonan yang homogen, adonan kemudian dibentuk menjadi lembaran tipis yang seragam dalam proses pencetakan, serta pemotongan lembaran adonan menjadi irisan-irisan kecil sesuai ukuran yang diinginkan(Indah, 2024)

Mie basah merupakan salah satu makanan yang sangat populer di Indonesia dan banyak dikonsumsi oleh berbagai kalangan masyarakat. Mie basah biasanya terbuat dari tepung terigu dan air, namun dalam beberapa tahun terakhir, inovasi dalam bahan baku mie mulai dikembangkan untuk meningkatkan nilai gizi dan tekstur produk. Salah satu bahan tambahan yang mulai banyak digunakan adalah rumput laut, yang dikenal kaya akan serat, mineral, dan memiliki potensi sebagai bahan fungsional dalam makanan (Fitriani (Damiati, 2024)

Menurut WHO bahwa rumput laut merupakan sumber pangan yang kaya akan makronutrien, mikronutrien, dan senyawa bioaktif yang bermanfaat bagi kesehatan. Konsumsi rumput laut dapat memberikan manfaat kesehatan yang signifikan, terutama karena kandungan serat,

vitamin, mineral, dan asam lemak esensialnya. Namun, WHO juga menekankan pentingnya pengendalian kontaminan berbahaya seperti arsenik anorganik dalam rumput laut, dengan rekomendasi melakukan pengolahan sederhana seperti pencucian atau perebusan untuk mengurangi risiko tersebut agar aman dikonsumsi. Meskipun demikian, konsumsi rumput laut perlu diarahkan dan dikontrol

Terutama untuk jenis-jenis tertentu seperti rumput laut coklat yang cenderung mengakumulasi lebih banyak kontaminan. (Sumber: studi review tentang rumput laut dan kesehatan oleh WHO 2023 (Anggriany, 2024b)

Rumput laut merupakan bahan alami yang kaya akan serat, mineral, dan senyawa bioaktif yang bermanfaat bagi kesehatan, seperti antioksidan dan polisakarida (Wulandari et al., 2021). Penggunaan rumput laut dalam produk mie basah dapat meningkatkan kandungan nutrisi serta memberikan tekstur kenyal yang khas. Selain itu, rumput laut juga dapat memberikan warna alami yang menarik pada mie, sehingga dapat meningkatkan daya tarik produk di mata konsumen (Anggriany, 2024)

Tingkat Kesukaan Mie Rumput Laut dan Sari JagungPenelitian konsumen menunjukkan bahwa tingkat kesukaan mie yang ditambahkan

rumput laut dan sari jagung masih tergolong variatif dan memerlukan edukasi konsumen untuk meningkatkan penerimaan. Rumput laut pada produk olahan terkadang menimbulkan rasa khas yang tidak disukai semua orang, sehingga modifikasi tekstur dan rasa penting untuk menyesuaikan preferensi konsumen. Edukasi dan promosi manfaat kesehatan dari bahan tambahan tersebut perlu ditingkatkan agar konsumen lebih terbuka menerima produk inovasi tersebut. (Sumber: studi preferensi konsumsi produk rumput laut) (Indah, 2024)

Tingkat kesukaan konsumen terhadap produk makanan merupakan faktor penting dalam pengembangan produk baru. Penelitian mengenai preferensi konsumen terhadap mie basah dengan bahan tambahan rumput laut dan sari jagung masih terbatas, sehingga perlu dilakukan identifikasi tingkat kesukaan untuk mengetahui sejauh mana produk tersebut diterima oleh masyarakat (Mahardika, 2024)

Penjelasan Menurut Indonesia dan SSGI Di Indonesia, sari jagung merupakan bahan pangan alternatif bernutrisi yang juga diaplikasikan dalam produk mie instan untuk meningkatkan nilai gizi dan warna alami mie (kuning dari beta-karoten). Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa mie yang menggunakan campuran sari jagung dapat diterima oleh konsumen serta memiliki keunggulan nutrisional dibanding mie biasa, seperti kandungan kalori yang lebih baik dan keberadaan karotenoid

seperti lutein dan zeaxanthin yang baik untuk kesehatan mata. Penambahan rumput laut dalam mie juga Mulai dikembangkan sebagai upaya memperbaiki kandungan serat, mineral, dan senyawa fenolik mie sehingga mie tersebut menjadi makanan fungsional. Studi dan standar gizi dari SSGI dan lembaga terkait mengarahkan pengembangan pangan tradisional dan inovasi produk mie berbasis bahan lokal yang aman dan disukai konsumen(Soeprijadi, 2024)

Sari jagung adalah minuman yang diperoleh dari ekstraksi biji jagung, terutama jagung manis. Proses pembuatannya biasanya dengan cara merebus atau memblender jagung bersama air, lalu menyaring untuk memisahkan ampasnya. Sari jagung mengandung karbohidrat, protein nabati, vitamin B kompleks, mineral (Rizkaprilisa, 2023)

Tingkat kesukaan konsumen terhadap produk makanan merupakan faktor penting dalam pengembangan produk baru. Penelitian mengenai preferensi konsumen terhadap mie basah dengan bahan tambahan rumput laut dan sari jagung Dengan jumlah 30 panelis, sehingga perlu dilakukan identifikasi tingkat kesukaan untuk mengetahui sejauh mana produk tersebut diterima oleh masyarakat (Mahardika, 2024)

B. Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat kesukaan (warna, aroma, rasa, dan tekstur) mie basah?

C. Tujuan Penelitia

Tujuan umum

Untuk mengetahui tingkat kesukaan mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung

Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui tingkat kesukaan berdasarkan rasa pada mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung
2. Untuk mengetahui tingkat kesukaan berdasarkan aroma pada mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung
3. Untuk mengetahui tingkat kesukaan berdasarkan tekstur pada mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung
4. Untuk mengetahui tingkat kesukaan berdasarkan warna pada mie basah dengan penambahan rumput laut dan sari jagung

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai identifikasi tingkat kesukaan mie basah dengan tambahan rumput laut dengan sari jagung. serta juga diharapkan sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan yang secara teoritis dipelajari di bangku perkuliahan

2. Manfaat praktis

   1) Bagi mahasiswa, sebagai alternatif mie basah dengan kandungan gizi yang lebih baik dan variasi rasa yang menarik.
   2) Bagi masyarakat industri/pangan mie basah, sebagai bahan referensi dalam pengembangan produk mie basah yang lebih sehat dan disukai konsumen.
   3) Bagi peneliti selanjutnya, sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengembangan produk mie basah dengan bahan tambahan alami